

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenore merupakan nyeri yang terjadi pada perut yang sering dialami oleh perempuan saat menstruasi dan masih menjadi masalah kesehatan pada system reproduksi yang cukup sering terjadi pada remaja putri maupun mahasiswi. Nyeri yang dirasakan biasanya berupa Nyeri pada abdomen bawah yang dapat mengganggu kenyamanan, konsentrasi, serta aktivitas sehari-hari. Dismenore juga dapat menyebabkan perempuan mengalami kesulitan mengikuti kegiatan belajar, mudah lelah, gangguan tidur, hingga perubahan suasana hati sehingga aktivitas menjadi kurang optimal (Nurfadillah et al., 2021). Fenomena yang masih sering ditemukan di lapangan menunjukkan bahwa dismenore masih cukup tinggi dan banyak dialami oleh mahasiswi, sehingga sering kali berdampak pada aktivitas perkuliahan maupun kegiatan sehari-hari akibat nyeri menstruasi yang dirasakan (Nurfadillah et al., 2021).

Menurut WHO, insiden dismenore tergolong tinggi secara global, dengan angka prevalensi yang berkisar antara 41,7% hingga 89,1% (Nurfadillah et al., 2021). Menurut Data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja (SKRR) Provinsi Jawa Timur tahun 2021, ditemukan sekitar 4.653 remaja mengalami dismenore, dengan angka kejadian dismenore primer sebanyak 90,25% dan dismenore sekunder sebesar 9,75% (Nurfadillah et al., 2021). Tingginya angka kejadian dismenore menunjukkan bahwa nyeri

menstruasi masih menjadi salah satu keluhan kesehatan reproduksi yang masih umum dialami remaja putri dan mahasiswi. Dismenore dapat menyebabkan gangguan Aktivitas sehari-hari, seperti terganggunya konsentrasi dalam proses belajar, gangguan aktivitas fisik, serta ketidakhadiran dalam kegiatan akademik. Sekitar 40–70% Wanita dalam rentang usia reproduksi kerap mengalami nyeri menstruasi dan sekitar 10% mengalami nyeri hingga mengganggu aktivitas sehari-hari (Nurfadillah et al., 2021). Sejalan dengan data tersebut, hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswi S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Memperllihatkan bahwa sebagian besar mahasiswi mengalami dismenore. Berdasarkan wawancara terhadap 10 mahasiswi, sebanyak 8 mahasiswi mengalami nyeri haid dengan intensitas nyeri yang beragam, mulai dari ringan hingga berat yang mengganggu aktivitas dan konsentrasi belajar. Mahasiswi cenderung melakukan upaya mandiri yang masih terbatas pada istirahat, mengonsumsi air hangat, serta mengurangi aktivitas saat nyeri haid muncul.

Penanganan nyeri haid pada remaja dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Penanganan secara farmakologis umumnya menggunakan obat analgesik untuk membantu mengurangi rasa nyeri. Namun, penggunaan obat secara berulang dikhawatirkan berisiko dapat menimbulkan efek samping tertentu, sehingga diperlukan pilihan penatalaksanaan yang lebih aman. Metode nonfarmakologis dapat dilakukan melalui berbagai cara seperti kompres

hangat, olahraga ringan, relaksasi, yoga, pijat, dan aromaterapi. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah aromaterapi, yang dikenal memiliki tingkat keamanan yang baik dengan risiko efek samping yang rendah. Seperti penggunaan obat-obatan. Aromaterapi bekerja melalui proses fisiologis dengan merangsang indera penciuman yang kemudian diteruskan ke sistem limbik sehingga menghasilkan respon fisiologis berupa rasa nyaman, relaksasi, dan membantu menurunkan intensitas nyeri menstruasi (Romlah et al., 2022).

Saat ini aromaterapi sering digunakan sebagai salah satu terapi nonfarmakologis karena dinilai praktis, aman, dan memiliki manfaat dalam membantu memberikan efek relaksasi. Aromaterapi bekerja melalui indera penciuman yang akan merangsang sistem limbik di otak sehingga menghasilkan efek relaksasi dan kenyamanan, dan membantu mengurangi intensitas nyeri. Penggunaan aromaterapi diketahui dapat membantu meredakan ketegangan dan ketidaknyamanan yang dirasakan saat menstruasi sehingga sering dimanfaatkan sebagai alternatif penanganan dismenore. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Romlah et al., 2022), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan nyeri menstruasi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi pada remaja.

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.” Peneliti mengambil judul ini karena di

Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto belum terdapat penelitian mengenai pengaruh pemberian aromaterapi terhadap penurunan nyeri dismenore, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait penggunaan aromaterapi sebagai terapi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan nyeri dismenore.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah: Apakah terdapat pengaruh pemberian aromaterapi terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Tahun 2026.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Mengidentifikasi tingkat nyeri dismenore sebelum diberikan aromaterapi pada mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Mengidentifikasi tingkat nyeri dismenore sesudah diberikan aromaterapi pada mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

3. Menganalisis pengaruh pemberian aromaterapi terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Tahun 2026

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mahasiswa mengenai penanganan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri menstruasi (dismenore) melalui pemberian aromaterapi. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa memilih metode yang aman, praktis, dan efektif dalam membantu mengurangi nyeri haid sehingga dapat mendukung aktivitas akademik maupun aktivitas sehari-hari.

1.4.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi yang dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti penggunaan aromaterapi terhadap penurunan nyeri dismenore. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian berikutnya dengan metode, variabel, serta jumlah responden yang lebih beragam sehingga dapat memberikan hasil penelitian yang lebih luas mengenai pengaruh aromaterapi terhadap nyeri dismenore.